

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 10.06.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, polejwica soppoka 50 g, ser żółty 50 g, dzian 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kłobaska wieprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzynek ze szczyptkiem i cebulą 70g, szynka polejwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2582,88 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 271,9 g NKT 28,8 g bł 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polejwica soppoka 50g, jablko gotowane 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, sercek więksi 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
paplkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polejwica soppoka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cyrnanonem 30g, polejwica soppoka 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polejwiczna 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,3 g bł 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polejwica soppoka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal, B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bł 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
miskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, filet kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,8 g bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polejwica soppoka 50 g, ser żółty 50 g, dzian 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzynek ze szczyptkiem i cebulą 70g, szynka polejwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	

cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, młk tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść salaty, cukrzyc b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ płynna	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajko gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, młk tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyc bez soli - fillet kurczacy gotowany 50g, pomidor 70g, rzecioła 5g	en 2379,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g b1 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrbowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rzecioła 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g b1 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., fillet kurczacy gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1150,9 kcal, B 80 g T 50,2 g W 184,5 g NKT 16,4 g b1 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, młk tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., młk tl. 10g, fillet kurczacy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g b1 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt młk tl. 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, młk tl. 10g, jajko got 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, młk tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g b1 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
b1 – białnik
sól – sól
cukry – cukry

Wykaz składników alergicznych w dn. Poniedziałek 1

Mleko (fęczenie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, młk tl., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, twarogęske szczypiorem i cebulą, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z makiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym
Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa
Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa, deser sojowy
Gorczyca– polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa
Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe
Sesam- hummus
Orzechy – masło orzechowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 11.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekłem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszetałt vp. 50g, gruska 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurałką 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, i ciekłem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chezirowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100 g	en 2415,8 kcal, B 106,6 g T 78,7 g W 348,9 g NKt 35,3 g bl 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, paszetałt vp. 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKt 30,2 g bl 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszetałt vp. 50g, jajko mielone 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKt 12,8 g bl 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z ciekłem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajko 1 szt., schab gotowany 30g, gruska 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem bez smiatary 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z ciekłem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKt 30,3 g bl 34,8 g sól 5,1 g cukry 95,7 g
wzrostowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszetałt vp. 50g, jajko mielone 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2099,9 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKt 24,2 g bl 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
niszkosodowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurałką 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKt 35,5 g bl 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z ciekłem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszetałt vp. 50g, gruska 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurałką 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKt 30,3 g bl 34,8 g sól 5,51 g cukry 46,4 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszetałt vp. 50g, ogórek kiszony 50g, nocioła 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalaki 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurałką 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	

wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, biało gotowanego jajka 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.zmlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bl 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., scharb gotowany 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. piekńskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat, deser siojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bl 13 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, scharb gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Wafle ryżowe 25st.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczęcy 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 45st., mix tl. 10g, ser biały 70g, scharb gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bl 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	chleb razowy 60g, mix tl. 10g, białe makiory 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. piekńskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.zmlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bl 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B – białko ogółem
- T – tłuszcz
- W – węglowodany ogółem
- NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
- bl – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jądłospisie w dn. witorek 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet
 Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka, kawa w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna
 Sejer- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,
 Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser siojowy
 Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,
 Jajka-jajko, szyncei z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 12.06.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.15g, serbia 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzack 160g, smazony Kofei miodowy w p. 90g, sur. z białej kapusty z mietliczką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasta twarogowa swarska ze szczyptochmą 70g, kielbasa krakowska parzona 50g, banana 1 szt, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2418,1 kcal, B 90,1 g T 83,3 g W 571,1 g NKt 31,2 g Bt 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, mix tl.10g, serbia 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzack 160g, gotowany pulpet Indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, konserwa swarska 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuż 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,5 g cukry 92,1 g
paprykowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, serbia 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzack 160g, gotowany pulpet Indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, konserwa swarska 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuż 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,5 g cukry 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt, serbia 30g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt	Krupnik 300ml, kasza perzack 100g, gotowany pulpet Indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, serbia z przesił kurczaka 30g, kielbasa krakowska parzona 30g, arbuż 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 1897,9 g NKt 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, mix tl.10g, serbia 50g, serbia 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 300ml, kasza perzack 160g, gotowany pulpet Indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., twarożek z ziołami 70g, arbuż 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2165,2 kcal, B 94,4 g T 77,2 g W 284,6 g NKt 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 99,1 g
niskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, ser biały 70g, serbia 50g, serbia 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., twarożek z ziołami 70g, arbuż 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2165,2 kcal, B 94,4 g T 77,2 g W 284,6 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło 82%, 15g, serbia 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzack 200g, smazony Kofei miodowy w p. 90g, sur. z białej kapusty z mietliczką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl. 15g, serbia z przesił kurczaka 50g, kielbasa krakowska parzona 30g, arbuż 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2669,5 kcal, B 95,4 g T 88,3 g W 591,9 g NKt 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, serbia 50g, ser biały 70g, (cukrzykowa) pasta z kurczaka got. 30g, ser biały 70g, pomidor 70g, liść salaty	kalafior gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza perzack 160g, gotowany pulpet Indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z mietliczką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml		Kawa zboz. b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa swarska 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzykowa b/coli - jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, serbia 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt		Krupnik 300ml, kasza perzack 160g, gotowany pulpet Indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., konserwa swarska 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuż 100g, mix siałt 3g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28,9 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku rozmiętym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego kaszaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mas owoceowy 1 szt. + chipski kukurydziane 16g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owoceowy 200 ml	Sok owoceowy 150 ml	Kawa zboz 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, jajo gal. 1 szt., deser joglowy 1 szt., arnoz 100g, mix salat z oliwy virgin 3g	en 1159,5 kcal, B 60,1 g T 14,0 g W 17,9 g NKT 17,4 g Bt 14 g sól 3,8 g cukry 52,9 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały polniawy 50g, pasta z gotowanego kaszaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mas owoceowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy 0g, kuz bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owoceowy 200ml	Sok owoceowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajo gal. 1 szt., twarogek ziolowy 50g, wafle ryzowe 4szt, arbuz 100g, mix salat z oliwy virgin 3g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 294,1 g NKT 25,9 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z ciekrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 13g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	chleb rzasowy 80g, mix tl. 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owoceowy 200ml		Kawa z mlekem 2% i ciekrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 13g, konserwa suwalska 50g, twarogek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix salat z oliwy virgin 3g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 76,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g Bt 29,5 g sól 5,9 g cukry 93,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogólne

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

Bt - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wskaz składników alergennych w jadłospisie w dn. środa 1.

Mleko (kiszne z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rylna, ser biały, twarogek ziolowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland
 Zboża zawierające gluten – zupa mleczna, płacynko, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wip, pulpet indyzy, kawa zbozowa, kawa zbozowa z mlekem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Selier – zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, deser joglowy
 Gorczyca – szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane
 Ryby – pasta twarogowo-rylna
 Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 13.06.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kiełbasa parowa 100g, sałatka 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa kaszowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 25g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, jablek gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8g T 114,4 g W 372,7 g NKT 37,8 g Bt 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wijski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
pałkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wijski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, serrek wijski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa chlopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, sernka z piersi karczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g Bt 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chlopska 300ml bez smietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g Bt 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, schieb gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, sernka z piersi karczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, polędwica sopočka 50g, serrek wijski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa kaszowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, sernka z piersi karczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

ciężka	Kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa b/soli - schab gotowany 1 szt, ogórek kiszony 70g, liść salaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa w/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bt 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Chlopska bez smietany 300ml, makaron z sosem truskawko-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polewka drożdżowa mielony 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml + jablko 1 szt.	Chlopska bez smietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got. 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g Bt 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 22,8 g Bt 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, blok mielony 50g, sercek wędli 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynka 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzyna 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g Bt 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Wykaz składników alergennych, w jądospisie, Czwartek 1

Mleko (tęcznie z laktazą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawko-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serrek
 Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polewka drożdżowa, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, makaron z sosem truskawko-serowym
 Seler- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polewka drożdżowa
 Gorczyca- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polewka drożdżowa
 Jajo—jajo gotowane
 Soja- przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polewka drożdżowa, deser sojowy
 Sezam- hummus

Wielki, camembert, polędwica drobiowa

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

T – tłuszcz

B – białko ogółem

en - wartość energetyczna

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 14.06.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłka
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, ser topiony 50g, ser zółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, ser biały półtłusty 70g, ser troykat Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal, B 86,3 g T 93,5 g W 571,3 g NKT 34,9 g Bt 32,7 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
paplowata	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser troykat Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g Bt 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wzrostowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 359,3 g NKT 27,6 g Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
miskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twaróg ziółowy 70g, schab gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g Bt 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tl 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser troykat Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g Bt 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

<p>całkowita</p>	<p>Kawa zrzozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix salat 5 g</p>	<p>Kefir 1 szt.</p>	<p>Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml</p>	<p>Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -</p>	<p>Kawa zhoz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek ziolowy 70g, salatka z tuncezykiem 100g, lise salaty (całkowita b/ sol kurczak gotowany 50g)</p>	<p>en 2306,7 kcal, B 119,9 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g b/ 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g</p>
<p>wątrobowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., bialka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt, jablko gotowane 1 szt., mix salat 5 g</p>		<p>Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zhoz z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, twarozek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tuncezykiem 100g, lise salaty</p>	<p>en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g b/ 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g</p>
<p>bezmleczna/ dzieci bim</p>	<p>Ryz na mleku roslinym 200 ml, kawa zrzozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml + gruszka 1 szt.</p>	<p>Kalafiorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Chrupki kukurydziane 16g</p>	<p>Kawa zhoz 200ml, bułka pszenna 1 szt., maslo orzechowe 50g, schab gotowany 50g, lise salaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 18,3 g b/ 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g</p>
<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryzowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, maslo orzechowe 50g, schab gotowany 50g, lise salaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g b/ 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p>przy niedokrwistosciach</p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 13g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jablko got 1 szt., papryka 50g</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zhoz 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, twarozek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tuncezykiem 100g, lise salaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g b/ 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
- b/ - błonnik
- sól - sól
- cukry - cukry

Wskaz składiników alergicznych: wiadomości w dn. piątek 1

Mleko (częście z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa; kalafiorowa, szczawiowa, mix tl, maslo 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarozek ziolowy, ser zoty
 Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalafiorowa, kalfiorowa, dorsz z smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zrzozowa z mlekiem, szynkowa,
 Selier- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa
 Sja i produkty pochodne – wafle ryzowe, deser sojowy
 Jajo—jajo got, biszkopty, pasta jajeczna, dorsz w jajku
 Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, salatka z tuncezykiem
 Orzechy – maslo orzechowe Sezam- hummus

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 15.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, serwatka 50g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser camembert 30g, sur. z marchewki 70g, pomarańcz 100g	<p>en 2132,7 Kcal,</p> <p>B 88,5 g T 80,9 g W 293,3 g NKT 29,7 g H 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g</p>
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, seradek 1szt, paszka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	<p>en 2278,6kcal,</p> <p>B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g H 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g</p>
paplowata	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, seradek mielony 1szt, paszka 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 90g, mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	<p>en 1159,6 Kcal,</p> <p>B 89,9 g T 75,3 g W 302,5 g NKT 26,9 g H 28 g sól 5,3 g cukry 89,9 g</p>
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, polewka drobiowa 30g, paszka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.,	<p>en 1159,6 Kcal,</p> <p>B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 15,5 g H 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g</p>
wzrostowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, seradek mielony 1szt, paszka 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	<p>en 2270,1kcal,</p> <p>B 90 g T 76 g W 320,3 g NKT 26,1 g H 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g</p>
niskosolowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, jajo got. 1 szt, sebah gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, filet kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	<p>en 2100,2 kcal,</p> <p>B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 25,2 g H 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g</p>
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl, polewka drobiowa 50g, paszka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	<p>en 2430,1 kcal,</p> <p>B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g H 33 g sól 5,4 g cukry 109 g</p>

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, serdielek 1 szt., pasztecik 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g)	sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparngowa z oliwą 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty	cn 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wętrobowa	Placki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdielek miodowy 1szt., pasztecik 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	cn 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
dzieci bezmleczna	Placki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., dżem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 16g + miod 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, miod 100g	cn 1089,6 kcal, B 66,4 g T 48,1 g W 192,7 g NKT 11,5 g bł 12,1 g sól 3,2 g cukry 82,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, garbka mielona indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tl. 10g, fillet kurczecy gotowane 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miod 100g	cn 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokrwistościach	Placki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, mix tl. 15g, bułka pszenna 1szt., szynekowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miod 100g	cn 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
 en - wartość energetyczna
 B - białko ogółem
 T - tłuszcz
 W - węglowodany ogółem
 NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
 bł - błonnik
 sól - sól
 cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w Jaskospisie w dn. Sobota 1.
 Mleko (raznie z laktozą) – placki owsiane na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztecik
 Zboża zawierające gluten- placki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem i szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdielek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa siałwiska, pasta warzywna
 Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdielek, krakowska, pasztecik wp., deser sojowy
 Gorczyca- serdielek, krakowska, szynkowa, pasztecik wp.
 Jajo i prod. pochodne – jajo

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 16.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki kiszzonej 150 g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bj 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki pekinijskiej 120g, kalfior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g Bj 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
parkowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalfior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bj 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 30g, polędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalfior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biskopki 15g, sok owocowy 100% 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g Bj 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kalfior gotowany 120g, kisiel 200ml	biskopki20g	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bj 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli			

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cynanonem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt, lisé salaty	wafle ryzowe 2 szt., pomarancza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapsusy pekińskiej 150 g, kalfator z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkozpy 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser zolty 50g, lisé salaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bj 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z papryka i ziolami 70g, sopocka 50g, lisé salaty, ogorek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy kiszzonej 120g, kalfator gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bj 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, t. twarozek ze smietana, cukrem i cynanonem 70g, sopocka mielona 50g, jablko gotowane 1szt, lisé salaty		Zupa z zielonego groszku b/sm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekińskiej 60g, kalfator gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bj 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roslinym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, maslo orzechowe 50g, jablko 1szt., lisé salaty	Sok owocowy 150 ml, pomarancza 100g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalfator gotowany 120g, ogorek w sosie ziolowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bj 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cynanonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1szt., lisé salaty	Sok owocowy 150 ml				
przy niedokrwistosciach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cynanonem 70g, sopocka 50g, jablko 1 szt., lisé salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekińskiej 150g, kalfator z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g Bj 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Wykaz składników alergicznych: w ładospisie w dn. Niedziela 1:

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, fosól z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty

seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, soppocka, deser sojowy

Gorczyca- szynkowa, soppocka

Jajło – jajło gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sezam- hummus

Orzechy – masło orzechowe